

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
22 декабря 2025 г.

ММС 12-18 лет



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты		Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
			Завтрак					
2017	295	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,6	13,3	2,1	175	
2022	626	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200		4,5		41	
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,7	0,6	10,8	51	
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115	
Итого				16	18,7	37,2	382	
Всего				16	18,7	37,2	382	

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____



МЕНЮ
22 декабря 2025 г.

Начальные классы 7-11 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2017	295	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,6	13,3	2,1	175
2022	626	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		4,1		37
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,7	0,6	10,8	51
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				14,5	18,2	27,5	332
Всего				14,5	18,2	27,5	332

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

22 декабря 2025 г.

ОВЗ и СВО 7-11 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты		Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
			Завтрак					
2017	295	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ		100	11,6	13,3	2,1	175
2022	626	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		180		4,1		37
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	0,7	0,6	10,8	51
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
Итого					14,5	18,2	27,5	332
			Обед					
2011	98	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ		250	1,4	5	7,8	83
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ		200	19,4	17,7	49,5	436
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК		200	0,1	0,1	16,7	68
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ		30				
Итого					23,1	23	88,6	656
Всего					37,6	41,2	116,1	988

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Золотой курай"
_____ Ш. Урманшина



МЕНЮ
22 декабря 2025 г.
ОВЗ и СВО 12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты		Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
			Завтрак					
2017	295	ТЕФТЕЛИ	КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,6	13,3	2,1	175
2022	626	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	ОТВАРНЫЕ	200		4,5		41
2011	378	ЧАЙ С	МОЛОКОМ	200	0,7	0,6	10,8	51
2013	114	ХЛЕБ	ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
Итого					16	18,7	37,2	382
			Обед					
2011	98	СУП	КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	300	1,8	6	9,2	99
2011	291	КАША	ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	220	21,3	19,6	54,6	480
2018	309	КОМПОТ	ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	16,7	68
		ХЛЕБ	ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
2013	115	ХЛЕБ	РЖАНОЙ	40				
Итого					26,2	25,9	100	739
Всего					42,2	44,6	137,2	1121

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина



МЕНЮ
22 декабря 2025 г.

Родительская плата 12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2017	295	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,6	13,3	2,1	175
2022	626	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		4,1		37
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				14,7	17,6	31,5	344
Всего				14,7	17,6	31,5	344

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

22 декабря 2025 г.

Детский сад 3-7 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты		Наименование блюда		Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
			Завтрак						
2008	189	КАША	МАННАЯ ЖИДКАЯ		180	4,2	4,3	23,6	148
2018	300	ЧАЙ С	САХАРОМ		200	0,1		8,9	36
2013	114	ХЛЕБ	ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
Итого						6,5	4,5	47,1	253
			II Завтрак						
2018	303	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"			150	0,1		0,1	1
Итого						0,1		0,1	1
			Обед						
2011	98	СУП	КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ		200	1,2	4	6,3	66
2008	73	ГРЕНКИ	ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА		30	3,6	0,3	23,4	110
2011	291	КАША	ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ		160	15,6	14,2	39,6	349
2022	845	НАПИТОК	ИЗ ИЗЮМА		200	0,3	0,1	16,1	67
		ХЛЕБ	ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
Итого						22,9	18,8	100	661
			Полдник						
2011	120	СУП	МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ		150	1,9	3,1	4,1	53
2008	115	КОНДИТЕРСКОЕ	ИЗДЕЛИЕ		30	2,2	2,8	21,6	121
2018	300	ЧАЙ С	САХАРОМ		200	0,1		8,9	36
2013	114	ХЛЕБ	ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
Итого						6,4	6,1	49,2	279
Всего						35,9	29,4	196,4	1194